PEMERINTAH KABUPATEN SINJAI
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI 136 HULO
PENILAIAN TENGAH SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2023 - 2024

Muatan Pelajaran	**: Penjasorkes**	**Waktu : 90 Menit**
Kelas	**: VI (enam)**	**Nama :**

A. PILIHAN GANDA

Jawablah pertanyaan di bawah ini !

1. Perhatikan teks di bawah ini!

Yadi bersiap melakukan sebuah gerakan. Dia jongkok menghadap matras. Posisi kaki ditekuk, dan kepala ditundukkan hingga dagu menempel di dada. Ia menggulinkan badannya ke depan.
Ilustrasi tersebut menunjukkan Yadi melakukan gerakan ....

A. Kayang
B. Guling lenting
C. Guling ke depan
D. Guling ke belakang

2. Perhatikan keterangan berikut!

1) Pada saat kedua kaki dilecutkan, kedua lutut bengkok.
2) Bahu tidak diletakkan di matras saat tangan dibengkokkan.
3) Kedua kaki terbuka/tidak rapat
4) Sikap tubuh kurang bulat.

Kesalahan saat melakukan guling ke belakang ditunjukkan oleh angka ....

A. 1) dan 2)
B. 1) dan 3)
C. 2) dan 4)
D. 3) dan 4)

3. Perhatikan teks di bawah ini!

Rini melangkahkan kaki kiri ke depan. Ia menarik kaki kanan dan merapatkan dengan kaki kiri. Kemudian ia melangkahkan kaki kanan ke belakang. Ia juga mengayunkan lengan ke atas.
Gerakan ini menunjukkan Rini melakukan variasi dan gerak ....

A. Langkah ke samping kiri dan kanan dengan ayunan lengan
B. Langkah ke depan dan ke belakang dengan ayunan lengan
C. Langkah ke samping dan menekuk dengan ayunan lengan
D. Mengayunkan kaki ke depan dengan ayunan lengan

4. Perhatikan teks di bawah ini!

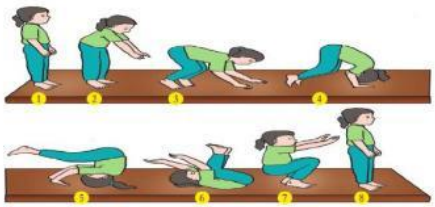
Variasi gerak melangkah ke depan dan ke belakang dengan kombinasi menekuk dan mendorong lengan ke depan. Variasi dan kombinasi gerak ini diakhiri dengan posisi berdiri tegak dan ....

A. Tangan di pinggang
B. Tangan di depan dada
C. Posisi kaki tertutup rapat
D. Kaki terbuka selebar bahu

LIVEWORKSHEETS

B. PILIHAN GANDA KOMPLEKS

5. Perhatikan gambar berikut!

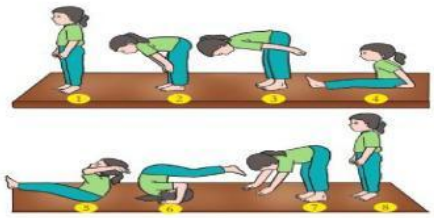


Berdasarkan gambar di atas berilah tanda centang (√) pada jawaban yang benar (jawaban bisa lebih dari 1)

Cara melakukan gerak guling ke depan ....

	1. Posisi berdiri dan kedua lengan di samping badan
	1. Posisi berdiri dan kedua lengan lurus ke atas
	7. Mendarat dengan bertumpu pada kedua kaki sambil meluruskan kedua tangan ke depan
	7. Mendarat dengan bertumpu pada kedua kaki sambil meluruskan kedua tangan ke bawah

6. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas berilah tanda centang (√) pada jawaban yang benar (jawaban bisa lebih dari 1)

Cara melakukan gerak guling ke belakang ....

	3. Membungkuklah dan ayunkan kedua lengan lurus ke depan
	3. Membungkuklah dan ayunkan kedua lengan lurus ke belakang
	7. Membungkuklah dan kedua lengan lurus ke bawah
	7. Membungkuklah dan kedua lengan lurus ke atas

7. Perhatikan gambar berikut!



Berilah tanda centang (√) pada jawaban yang benar (jawaban bisa lebih dari 1)

Cara melakukan variasi gerak menekuk dan mengangkat siku ke samping dengan melangkah ....

	Kedua siku ditekuk setinggi dada, kaki melangkah ke samping
	Kedua siku ditekuk setinggi perut, kaki melangkah ke belakang
	Kedua siku ditekuk setinggi dada, kaki melangkah ke depan
	Kedua siku diayunkan ke samping, kaki melangkah ke samping

LIVEWORKSHEETS

8. Perhatikan gambar berikut!



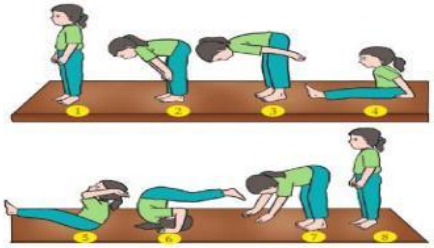
Berilah tanda centang (√) pada jawaban yang benar (jawaban bisa lebih dari 1)

Cara melakukan variasi gerak mengayunkan lengan ke samping dan menekuk ....

	Berjalan ke depan, kedua tangan diayunkan ke samping
	Berjalan ke depan, kedua tangan ditekuk di depan dada
	Berjalan ke samping, kedua tangan diayunkan ke samping
	Berjalan ke samping, kedua tangan ditekuk di depan dada

C. MENJODOHKAN

9. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas hubungkan dengan garis pernyataan di bawah ini?

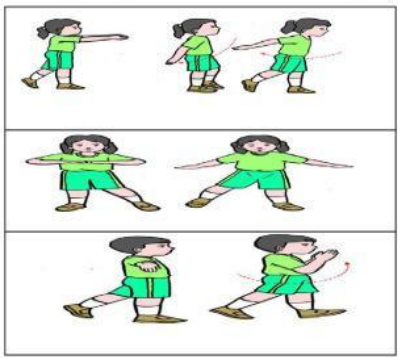
Gerakan berguling dengan awalan	Belakang
Gerakan berguling ke	Gambar nomor 2
Membungkuk kedua lengan lurus ke belakang	Berdiri
Membungkuk kedua lengan di lutut	Gambar nomor 3

10. Pasangkan gambar di bawah ini dengan kata-kata yang ada di samping!

	Guling belakang
	Guling lenting
	Guling depan

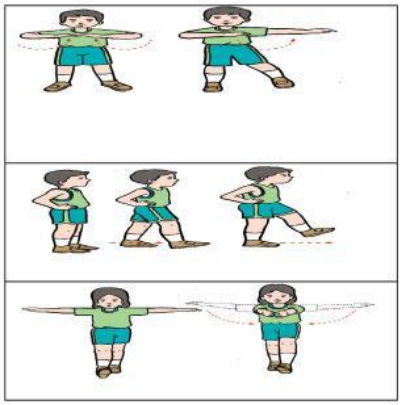
LIVEWORKSHEETS

11. Pasangkan gambar di bawah ini dengan kata-kata yang ada di samping!



Gerak mengayunkan lengan ke samping dan menekuk di depan dada
Gerak ayunan lengan ke depan dan ke belakang dengan jalan
Gerak menekuk dan mengangkat siku ke samping dengan melangkah

12. Pasangkan gambar di bawah ini dengan kata-kata yang ada di samping!



Langkah berkelok-kelok ke depan dan belakang dengan mengayu lengan dan menekuk di samping badan
Gerak mengayunkan kaki ke depan dengan ayunan lengan ke depan
Gerak melangkah ke samping dengan menekuk dan mengangkat siku ke samping

D. ISIAN

13. Perhatikan gambar berikut!



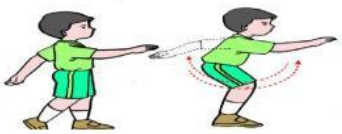
Gambar di atas termasuk gerak berguling ke .... dengan awalan ....

14. Perhatikan gambar berikut!



Gambar di atas termasuk gerak berguling ke .... dengan awalan ....

15. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas, gerak langkah ke depan dan ke belakang dengan ayunan ....

LIVEWORKSHEETS

16. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas, gerak melangkah ke samping dengan menekuk dan mengangkat ....

E. URAIAN

17. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar diatas, jelaskan urutan gerakan guling ke belakang dengan posisi jongkok?

Jawab :

18. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar diatas, jelaskan urutan gerakan guling ke depan dengan posisi jongkok?

Jawab :

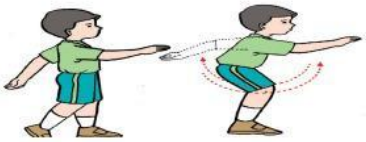
19. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas, jelaskan variasi mengayunkan kaki ke depan dengan kombinasi mengayunkan lengan ke depan?

Jawab :

20. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas, jelaskan variasi langkah ke depan dan ke belakang dengan ayunan lengan ke depan?

Jawab :

LIVEWORKSHEETS